



## Voluntariado en COTS (Adulto + Menor O Menor únicamente)

### Código de conducta

¡Bienvenido a COTS! COTS depende de voluntarios para brindar comidas calientes y nutritivas a sus clientes, para ayudarlos a encontrar y conservar una vivienda, y para que su estadía en nuestro centro Mary Isaak o en el Primer refugio familiar para niños sea lo más digna posible. Los voluntarios hacen el trabajo de 21 empleados de tiempo completo en COTS, y les dan vida a nuestros programas y servicios. Nos complace mucho darles la bienvenida a nuestro equipo.



### Salud y seguridad

#### Les pedimos a todos los voluntarios que cumplan las siguientes normas básicas:

- No se presenten a ayudar si han tenido alguno de los siguientes síntomas durante las últimas 24 horas: fiebre, garganta irritada, tos, diarrea o vómitos.
- Los teléfonos celulares pueden usarse únicamente para emergencias.
- Sean conscientes de sus limitaciones. No realice ninguna tarea fuera de su zona de bienestar, lo que incluye, pero no se limita a: levantar, cargar objetos pesados, dirigir a otros voluntarios, movimiento activo con niños. Infórmenos si tiene alguna restricción física y haremos lo mejor posible para acomodarlo.

### Expectativas: Asistencia y conducta

#### Registrarse al ingresar y al retirarse

Monitorear las horas de los voluntarios con precisión ayuda a COTS a obtener subvenciones y a planificar futuros servicios al cliente, de modo que los voluntarios deben registrarse al comenzar y al finalizar cada turno. Recibirá instrucciones sobre dónde registrarse cuando se le asigne su primer turno.

#### Vestimenta adecuada

Recuerde **usar calzado de taco bajo y cerrado** y **camisas modestas no ofensivas**. Si trabaja en la cocina preparando alimentos, **use camisas de manga larga** apropiadas, **mantenga el cabello recogido hacia atrás**, **quítese cualquier joya colgante y anillos, excepto el anillo de matrimonio**, y **use guantes cuando sea pertinente**.

#### Artículos personales

No hay armarios en el establecimiento para guardar sus artículos personales, y el personal no puede guardarlos por usted. Los voluntarios son responsables por sus propios artículos personales.

#### Comportamiento del voluntario

Se espera que los voluntarios se presenten con buena disposición, que escuchen y adhieran a las instrucciones del personal, que cooperen con el personal y con los otros voluntarios, y que contribuyan a mantener un ámbito seguro para nuestro personal, los clientes y los voluntarios. Esperamos que adhieran a los protocolos de seguridad y que se abstengan de expresarse con lenguaje abusivo. Si



## Voluntariado en COTS (Adulto + Menor O Menor únicamente)

bien alentamos la amistad entre voluntarios, pedimos que se abstengan de ejercer prácticas de socialización que distraigan al personal o a los otros voluntarios. Presentarse a cubrir un turno bajo los efectos de drogas o alcohol es motivo de despido.

### Comportamiento hacia los clientes

Esperamos que los voluntarios traten a los clientes (los que viven o visitan el centro) con respeto y amabilidad. Algunos de nuestros clientes han sufrido traumas emocionales y físicos. No tome cualquier muestra de ira como algo personal y evite levantarles la voz. Puede acudir al mostrador de entrada en la recepción para pedir ayuda si la necesita.

### Programación de horarios y asistencia

#### Programación de horario

Les pedimos a todos los voluntarios que esperen a recibir un llamado o mensaje de correo electrónico de nuestro especialista en contratación antes de venir a colaborar. Si se presentan a trabajar sin un horario programado, probablemente serán rechazados. Es posible comunicarse con nuestro especialista en contratación llamando al **(707) 765-6530 ext.136**, o escribiendo a [volunteers@cots.org](mailto:volunteers@cots.org).



Recibirán información de contacto para saber con quién comunicarse cuando deban reprogramar un turno asignado. Les pedimos que cancelen o reprogramen turnos con la mayor anticipación posible, excepto cuando se trate de una emergencia.

#### Asistencia

Nuestros programas dependen de voluntarios confiables para brindar servicios a nuestros clientes. Por tal motivo les recomendamos a los voluntarios que se queden durante todo el turno y que no dejen de presentarse. Si se ausentan más de 3 veces en un mes, llegan con más de 10 minutos de demora a 2 turnos o más (sin aviso previo), o faltan a un turno más de una vez sin notificar, COTS se reserva el derecho de prescindir de sus servicios.

### Capacitación necesaria

Aunque no todas estas capacitaciones se apliquen a su función inicial como voluntario, muchos de nuestros voluntarios terminan ayudando en otras funciones sobre la marcha, de modo que esperamos apoyarlo en todas las formas en que usted pueda contribuir con COTS.

#### **SEGURIDAD CONTRA INCENDIOS**

La cocina está equipada con un sistema contra incendios que incluye aspersores.

##### Sistema automático

- Las conexiones ubicadas arriba de la estufa se derretirán y liberarán el sistema.
- Los detectores de humo también podrán activar el sistema.

##### Activación manual

- Tire de la palanca ubicada cerca de la puerta si el sistema no se ha activado.

##### Extintores de incendios



## Voluntariado en COTS (Adulto + Menor O Menor únicamente)

- En caso de incendio regular, use un extintor de incendios rojo
- En caso de incendios por grasa, use un extintor de incendios plateado tipo K

[PULSE AQUÍ PARA VER EL VIDEO REQUERIDO](#)

He visto el video y leído las instrucciones, y entiendo los fundamentos.

### **SEGURIDAD GENERAL**

La cocina es un ámbito de actividad acelerada.

- Los pisos pueden estar mojados o sucios, lo que aumenta la probabilidad de que alguien tropiece o se caiga.
- Las personas pueden estar transportando alimentos o una olla de agua hirviendo.
- Esté siempre atento a los alrededores en la cocina.

[PULSE AQUÍ PARA VER EL VIDEO REQUERIDO](#)

He visto el video y leído las instrucciones, y entiendo los fundamentos.

### **SEGURIDAD CON LOS CUCHILLOS**

Cuando use un cuchillo, mantenga siempre *las puntas de los dedos dobladas hacia adentro* para reducir la posibilidad de cortarse.

[PULSE AQUÍ PARA VER EL VIDEO REQUERIDO](#)

He visto el video y leído las instrucciones, y entiendo los fundamentos.

### **PREVENCIÓN DE QUEMADURAS**

Hay muchos objetos calientes en la cocina, como agua hirviendo, llama expuesta u ollas calientes.

- Esté atento a las llamas expuestas.
- No permita que la ropa inflamable cuelgue sobre la cocina.
- Use siempre guantes de cocina cuando crea que una sartén puede estar caliente.
- Pida ayuda para mover una olla pesada con agua hirviendo si la necesita.

He leído las instrucciones, y entiendo los fundamentos.

### **NORMAS DE LA CÁMARA FRIGORÍFICA**

El interior de una cámara frigorífica es muy frío y está bien aislado.

- Si bien la puerta no se bloquea desde adentro, puede resultar muy pesada.
- Nunca ingrese a la cámara frigorífica solo sin notificar a alguien si le preocupa no poder abrir la puerta desde el interior para poder salir; pídale a alguien que entre en lugar de usted.

### **LEVANTAR PESO DE MANERA SEGURA**

[PULSE AQUÍ PARA VER EL VIDEO REQUERIDO](#)

He visto el video y entiendo los fundamentos.



## Voluntariado en COTS (Adulto + Menor O Menor únicamente)

### SEGURIDAD DE VEHÍCULOS GRANDES

[PULSE AQUÍ PARA VER EL VIDEO REQUERIDO](#)

\_\_\_\_\_ He visto el video y entiendo los fundamentos.

### Solicitud de voluntariado para MENORES (Adulto+Menor O Menor únicamente)

¡Gracias por su interés en trabajar como voluntario en COTS! Para entender mejor sus intereses, **le pedimos que complete SU INFORMACIÓN PRIMERO y la de su(s) HIJO(S) EN LA ÚLTIMA PÁGINA** antes de prestar servicios.

**Si esta solicitud es solo para su hijo menor de edad, hágalo constar en las “Restricciones de turnos”.**

Si usted está coordinando una oportunidad grupal de voluntarios o cumpliendo horas que ha fijado un tribunal, llámenos directamente al (707) 765-6530 ext. 136 para realizar averiguaciones específicas antes de presentar su solicitud.

**Espere de 3 a 5 días hábiles antes de recibir una respuesta. ¡Quedamos a la espera de hablar con usted!**

Nombre \_\_\_\_\_ Apellido \_\_\_\_\_  
Teléfono \_\_\_\_\_ Correo electrónico \_\_\_\_\_  
Calle \_\_\_\_\_ Ciudad \_\_\_\_\_ Estado \_\_\_\_\_ Código postal \_\_\_\_\_  
Fecha de nacimiento (día/mes/año) \_\_\_\_\_ Compañía (si corresponde) \_\_\_\_\_

Estoy interesado en:

- una oportunidad de corto plazo o de única vez
- una experiencia de largo plazo en COTS Core Volunteers
- cumplir con mis horas que ha fijado un tribunal
- trabajar como voluntario en nombre de la Guardia Costera
- un proyecto de voluntariado grupal para mi organización
- una experiencia estudiantil de voluntariado

### Disponibilidad para el voluntariado

Días de semana: Lu\_\_ / Ma\_\_ / Mi\_\_ / Ju\_\_ / Vi\_\_ Mañana\_\_ Tarde\_\_

Fines de semana: Sáb \_\_ / Dom\_\_ Mañana\_\_ Tarde\_\_



## Voluntariado en COTS (Adulto + Menor O Menor únicamente)

### ¿Restricciones de turnos?

**Tenemos oportunidades de voluntariado en las siguientes áreas**, según nuestras necesidades actuales. Los horarios de los turnos varían según el cargo y se extienden entre dos y cinco horas. Nuestra mayor necesidad generalmente está en la cocina del centro Mary Isaak. Sírvase indicar su interés a continuación.

Programa infantil \_\_\_\_\_ Oficina / Administración de eventos / Recaudación de fondos \_\_\_\_\_

Cocina: Preparación de ingredientes / Clasificación \_\_\_\_\_ Cocina: Conductor \_\_\_\_\_

**EXONERACIÓN Y EXENCIÓN:** La persona nombrada al pie, referida como "el Voluntario", por sí y sus representantes legales, cónyuge, herederos y beneficiarios libera por la presente y exonera para siempre y exime de toda responsabilidad al Comité de los sin techo (COTS, por sus siglas en inglés) y a sus funcionarios, directores, apoderados, empleados, agentes, aseguradores y representantes, sucesores y beneficiarios, de todo reclamo y demanda de responsabilidad de cualquier naturaleza, ya sea en derecho o equidad, que surjan o puedan surgir en adelante de actividades de voluntariado ("las Actividades") en COTS.

El Voluntario entiende que las Actividades pueden incluir, entre otras, organizar, limpiar, preparar alimentos, realizar mantenimiento de jardines, remodelar, reparar y mantener edificios, mover muebles y artefactos hogareños, cargar y descargar provisiones, interactuar con clientes y brindar apoyo administrativo en las oficinas de COTS.

El Voluntario entiende que esta Exoneración libera a COTS de toda responsabilidad o reclamo que el Voluntario pueda tener contra COTS con respecto a cualquier lesión corporal, lesión personal, enfermedad, fallecimiento o daño material que pueda resultar de las Actividades del Voluntario en COTS, ya sea debido a negligencia de COTS o de sus funcionarios, directores, empleados, agentes u otros. El Voluntario se compromete a no entablar acciones contra COTS por ninguna lesión o daño de este tipo. El Voluntario también entiende que COTS no asume ninguna responsabilidad u obligación de brindar asistencia financiera u otra, que incluye pero no se limita a seguro médico, de salud o discapacidad en caso de lesión o enfermedad.

**TRATAMIENTO MÉDICO:** El Voluntario libera por la presente y exonera para siempre a COTS de cualquier reclamo que surja o pueda surgir en adelante con motivo de primeros auxilios, tratamiento o servicio prestado en conexión con las Actividades del Voluntario en COTS. El Voluntario autoriza a COTS a actuar a su juicio, por cuenta del Voluntario en caso de emergencia.

**ASUNCIÓN DE RIESGO:** El Voluntario por la presente asume expresa y específicamente el riesgo de lesión o daño en las Actividades y libera a COTS de toda responsabilidad por lesión, enfermedad, muerte o daño material que resulte de las Actividades.

**SERVICIO VOLUNTARIO:** El Voluntario entiende y acepta que puede rechazar cualquier función o cargo como voluntario en cualquier momento si considera que dicha función o cargo representa un riesgo a la salud o a la seguridad o por cualquier otro motivo. El Voluntario acepta informar a COTS sobre cualquier afección preexistente que le impediría participar en alguna actividad.



## Voluntariado en COTS (Adulto + Menor O Menor únicamente)

**SEGUROS:** El Voluntario entiende que, a menos que se convenga con COTS por escrito, COTS no tiene ni mantiene cobertura de seguro de salud, médico o por discapacidad ni indemnización por accidente laboral para ningún voluntario.

**OTROS:** El Voluntario acepta expresamente que la Exoneración está destinada a ser tan amplia e inclusiva como lo permitan las leyes del estado de California, y que esta Exoneración se registrará e interpretará de conformidad con las leyes del estado de California. El Voluntario acepta que, en caso de que alguna cláusula o disposición de esta Exoneración se considere inválida por algún tribunal de jurisdicción competente, la invalidez de dicha cláusula o disposición no afectará al resto de las disposiciones de esta Exoneración, que seguirán siendo aplicables.

FIRMA:

FECHA:

### PARA PADRES / TUTORES ÚNICAMENTE (VOLUNTARIOS MENORES DE 18)

#### LOS NIÑOS MENORES DE 14 AÑOS NO ESTÁN AUTORIZADOS A TRABAJAR COMO VOLUNTARIOS EN COTS SIN SUPERVISIÓN DE UN PADRE O TUTOR.

Además de lo señalado anteriormente, declaro que:

1. Entiendo que la naturaleza de las actividades llevadas a cabo durante cualquier turno voluntario excluye al personal de COTS de estar preparado para tratar con todas las situaciones que puedan ocurrir durante mi trabajo voluntario.
2. Entiendo y acepto que COTS no es responsable por ningún accidente o lesión que pueda ocurrir mientras mi hijo(a) trabaja voluntariamente con COTS.
3. Retiraré a mi hijo(a) de inmediato si el personal de COTS se comunica conmigo debido a algún problema disciplinario que podría incluir, entre otros: sospecha de consumo de drogas o alcohol, peleas o comportamiento peligroso.
4. Otorgo permiso al personal de COTS a tomar los pasos necesarios para obtener atención médica de emergencia, si procede. Estos pasos pueden incluir comunicarse con el padre o tutor, comunicarse con el médico del menor o con otro médico, llamar una ambulancia y/o autorizar que el menor sea llevado a una sala de emergencia en compañía de un miembro del personal.

NOMBRE DEL MENOR VOLUNTARIO:

FECHA DE NACIMIENTO:

NOMBRE DEL MENOR VOLUNTARIO:

FECHA DE NACIMIENTO:

NOMBRE DEL MENOR VOLUNTARIO:

FECHA DE NACIMIENTO:

NOMBRE DEL MENOR VOLUNTARIO:

FECHA DE NACIMIENTO:

FIRMA DEL PADRE/TUTOR:

FECHA: